

內地港澳台逾五千作品參賽

四地青少年書畫賽頒獎

【本報訊】記者洪捷報道：孩子對祖國的認知與熱愛，若不是從課本，可從哪兒學習、培養？中華五千年博大精深傳統文化是也！「2012紫荊盃兩岸四地青少年書畫大賽」，便是為了弘揚中國優秀文化傳統，提高中華青少年兒童對書法、繪畫藝術的興趣與修養而舉辦。

入選作品驚喜處處

書畫賽作品展覽頒獎禮昨日黃昏舉行，主禮嘉賓包括全國政協副主席張梅穎，外交部駐港特派員

公署副特派員姜瑜，全國人大常委范徐麗泰，中聯辦副主任王志民，中聯辦協調部部長沈沖，教育局副秘書長葉曾翠卿，全國政協常委楊孫西、余國春、施子清，香港青少年發展聯會主席陳振彬，香港經緯集團執行董事陳丹丹，華懋集團執行董事龔中心，香港藝術發展局視覺藝術組主席李錦賢等。

在頒獎禮舉行前，現場全體人員為南丫島海難遇難者默哀一分鐘，以示哀悼。

《紫荊》雜誌社長、總編輯劉偉忠致辭時表示，該社繼二〇一一年成功舉辦「紫荊盃兩地青少年

書畫大賽」之後，今年再接再厲，舉辦「2012紫荊盃兩岸四地青少年書畫大賽」，範圍擴展至澳門、台灣。由五月開始，短短三個月的徵稿時間內，大賽組委會已收到五千一百九十四件參賽作品。這個成績反映新一代青少年對中國傳統文化的熱愛與追求，也展示了當下詩書畫界青少年創作的普及與水準，「入選作品帶來處處驚喜，每幅作品清新的畫意，讓觀者在時代中感受傳統氣息。這讓我們感受到中華優秀文化正在通過一代一代的新火相傳而不斷發揚光大。」

大賽邀請了十七位評委挑選出一等獎六名，二等獎十八名，三等獎三十名，地方特別獎十一名，優異獎一百二十名及入選獎四百八十名。

665 作品中圖展出

大賽評委會顧問、著名書法家施子清表示，這個別開生面的活動，是一個給青少年展示中國書畫才華的好平台。我國五千年歷史文化，比海洋更深更廣，「我七歲開始寫書畫，至今仍每天要寫幾筆，才覺沒遺憾。」他認為中國書畫如蘭花般發出幽香，對中國書畫要努力學習、論證，才能領略傳統內涵。他又感謝家長們支持孩子學習中國書畫，現時全港有二百多個書畫協會，還有許多老師個別傳授，使中國書畫藝術傳承下去。

另一位評審、畫家林天行認為，普遍來說，內地的青少年在書畫方面，創作力很強，香港的青少年則較多在臨摹方面下功夫，缺乏了孩子們特別豐富的創作力。以今次一等獎（中學組國畫）得獎者林翰（江蘇省常州市武進區星辰學校十四歲），作品《四海一家》為例，林天行選了這幅作品為第一，他說：「這幅畫將內地、香港、澳門與台灣的重要景點與建築物融匯於一個畫面內，四個地方布局得非常和諧自然，很配合大會兩岸四地的主題，而且繪畫技巧非常成熟。」

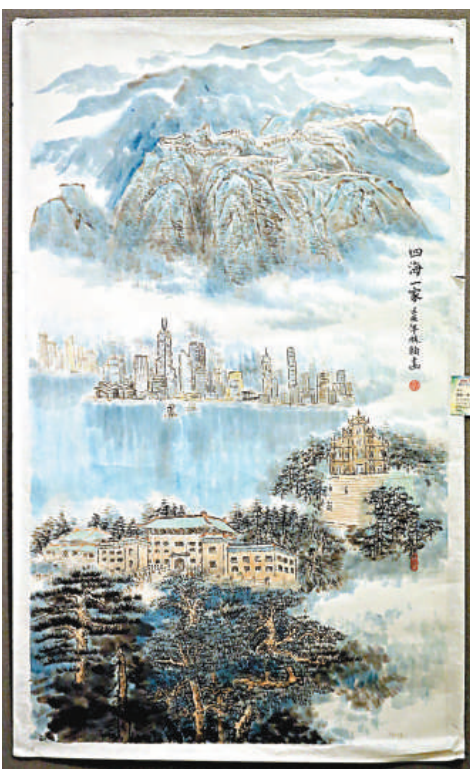
其他一等獎作品，包括有西畫中學組蕭曉汶（澳門），作品《小澳門大薈萃》；書法中學組張善齊（台灣），作品蘇軾《定風波》；國畫小學組張程越（福建），作品《憩》；西畫小學組王靖（河南），作品《團結就是力量》；書法小學組王靈一（陝西），作品是一副對聯。

「2012紫荊盃兩岸四地青少年書畫大賽」由《紫荊》雜誌社主辦，國家教育部港澳台事務辦公室，中國文聯港澳台辦公室，教育局，民政事務總署，中聯辦宣傳文體部、教育科技部、台灣事務部，澳門中聯辦文化教育部等大力支持。

六百六十五幅獲獎作品即日起至十月七日在香港中央圖書館展覽廳展出。



▲范徐麗泰（左起）、張梅穎、姜瑜共賞書畫



▲國畫中學一等得獎者林翰作品《四海一家》



▲國畫小學一等得獎者張程越作品《憩》



▲主禮嘉賓與獲獎青少年合照
本報記者麥潤田攝
展覽吸引不少學生、家長參觀
本報攝

新園地

責任編輯：傅紅芬

紅塵記事

這些建築用線條勾勒，部分空間上白色，基本色是金、銀、啡、褐色，貴氣盡顯。如果用該圖案及色彩製成衣箱，相信也會非常好看。

如此耐看的月餅裝潢，是本地著名設計師陳幼堅的作品。

貴氣裝潢

洲際酒店欣園軒自製的金沙酥皮奶皇月餅，成分包括麵粉、日本靜岡縣雞蛋、法國手打牛油、金箔、花奶等，入口不甜不膩，值得稱讚。不過，慕秋更喜歡的卻是月餅裝潢，實在太漂亮了。

長條形手提袋，及盛裝六個月餅的抽屜式硬盒的內外圖案，皆是維港兩岸的主要建築，這些建築用線條勾勒，部分空間上白色，基本色是金、銀、啡、褐色，貴氣盡顯。如果用該圖案及色彩製成衣箱，相信也會非常好看。

慕秋

二十多年前，陳幼堅已為北京飯店的貴賓樓做設計，前幾年，又被中央政府委任為北京國家劇院的視覺藝術顧問，負責設計劇院標誌、各式紀念品和場內所有視覺擺設。陳幼堅公司的生意，至今有四成來自國內。

陳幼堅靈感的主要來源是女人：「女人最有趣的地方是，十個女人，十個都各有不同。男人就十個有九個都一樣。而且女人的觀察力和敏感度，一般亦比男人高。因此，我很享受跟異性朋友傾偈，從她們身上，我可看到很多平時從沒想過的靈感。」

盤問盆菜

曹疏影

不勝數，以頭抽、南乳、麵豉醬烹製，絕無味精。諸仙齊聚，卻和我們北方的燉菜大不同，盆菜最講究「層」，上層要味濃且汁豐，多用雞鴨魚蝦鰻；中層要郁厚甘潤托得住，多用冬菇絞肉等；底層則選吸味之寶，如豬皮蘿蔔枝竹。

這樣一層層吃下去，自然想起一句俗話叫作「打破砂鍋問到底」。吃盆菜的過程也真像盤問，每一層總有新發現，因為在你逐層吃的時候，上層的汁液也在逐層下滲：所以，盆菜奇就奇在它同時滿足了兩種極端的願望，一方面它如聚寶盆，另一方面又似萬花筒，層層轉出新意思，交融濃郁中，你早已忘記想要的答案。會吃盆菜的老人家自有氣度，後生們只貪吃上層的大魚大肉，求個新鮮飽足，吃到中層就飽了，哪裡知道最精華的都在盆底，待老人家不慌不忙享用。

原裝左「把的」古腕錶

李英豪

一隻「左手」表，「表把」位於左方「九」字刻度處，堪稱獨一無二，現價近千萬港元。

勞力士早在九四一年已製極少量永動轉子「左手」金腕錶，但皆為男裝款。筆者亦曾見外國友人藏有「卡地亞」於一九三五年之「左手」腕錶，乃屬「Tank」型，較「勞力士」腕錶更難找；其原裝機件都是由歐洲鐘表精製，但並非自動上弦。更獨特者，為二十多年前在歐洲曾見「百達翡麗」一隻問表（打黃白金腕錶），「表把」的竟然原裝置於左上角。

雙遊記

好友「是滿世界跑的獨立電影導演，她的家卻在香港新界東蠔涌的村子裡。那裡保留著很多本土原住民的風俗，比如長達數日的道教慶典「太平清醮」，比如替亡人放生一隻鴨子到河裡，也包括全村人聚吃盆菜。我會被邀請作客村中吃盆菜，同桌還有一金髮白人阿姨，原以為也是「左」的朋友，一問才知她已經在這村中租住二十幾年了，村人也早待之如己。

這盆菜的盆實是聚寶盆，十數種食物在裡面層層鋪滿。最傳統的用料至少包括蘿蔔、枝竹（腐竹）、魷魚、豬皮、冬菇、枝雞、魚球、豬肉八種，近代則鴨、鵝、鮑、參、翅、肚、魚、蝦、蟹等多

閒情閒性

收藏機械老翁腕錶有豐富經驗的人士，皆會留意「表把的」是否設置於特殊或一反常「位置，而且是否原裝結構機件；因為從中可尋到珍品。

例如附圖，乃「勞力士」在一九六五年出廠之金鋼日曆腕錶，同樣屬蠔式永動轉子，連原裝表帶。它獨特之處，是「表把的」並非設置慣常右方，而是原裝於左方，原意旨在方便日常習慣使用左手的人。由於設計獨特和產量極少，雖距今僅數十年但價值不菲；渴求的藏家者眾，升值率高。

一九二七年「百達翡麗」曾特別製成一隻「CARTIER CAMBÉ」之計秒金腕錶，就是「左手」表，「表把的」位於左方「九」字刻度處，堪稱獨一無二，現價近千萬港元。

柴灣工廠大廈

陳天權

香港尚有兩座在一九五〇年代建成的徙置大廈和工廠大廈，前者是深水埗美荷樓，現正活化為青年旅舍；後者是柴灣工廠村大廈，政府最近宣布將之改建為公屋。這兩幢大廈有一共同特點，就是採用當時流行的H型設計。

柴灣工廠村大廈是該區第一幢廠廈，一九五九年建成，以安置在木屋平房區經營的山寨廠。隨著香港工廠北移，輕工業衰落，該幢碩果僅存的H型工廠大廈已完成了歷史任務。當局沒有把它拆卸，可為香港六十年代的社會環境留下見證，但改作公屋是否適當的活化方法則值得商榷。

該廈樓高五層，共有三百七十多個單位。每層有兩翼伸展，由中央的建築物連接。如同最初的徙置大廈，中央的建築物關有男女廁所和浴室，給租戶使用，這種設計反映早年政府建屋以實用為主要目標，沒有顧及用戶的私隱性問題。

大廈沒有安裝升降機，只在兩翼的四端設立樓梯，同時在中間位置鋪設斜路，方便工人用手推車運貨上落各層，如此設計在全港工廠應是僅有了。當局已要求租戶在十月二日前遷出，明年改作公屋後將提供一百八十個單位。即是會將兩個單位打通擴闊，並在室內加建浴廁。至於中央的建築物，相信會效法美荷樓般裝設升降機，以符合現今的無障礙需求。但這樣便大大改動原有設計，令後代難以從實際環境中理解昔日廠商的生活了。



柴灣工廠村大廈是碩果僅存的H型廠廈

人間百寶

從危機控制與信息傳播學角度看，人逢亂世，依靠自救生命。五十年代開始，大批難民湧現香港，他們生活得顛沛流離，仿如驚弓之鳥。再加上上海、兩岸形勢緊張，世界又陷於嚴峻的冷戰局勢，人就活於長期的惶恐與焦慮之中，消息變得很重要，一個好消息可以緩和緊張情緒，使你增加生存的慾望，一個壞消息可以提高警覺和鬥志，使你及早把握時機避凶趨吉。「知得快，好世界」，這是港人至今仍堅信的人生道理。

知得快

吳昊

過分依賴消息，在心理上會造成「消息焦慮症」。在香港無線（免費）電視還未普及的年代，消息發放全靠報章，報紙也就成為港人的「救生水泡」了。據《香港年鑑》的統計，去到一九七六年全港有七十四家報紙和二百二十五家定期刊物，數字相當驚人。

其時報紙出版竟分早中晚三三之頻密，尤其午報的出現更是香港報業之奇能，乃他國他區所無。因早報刊登的都是「隔夜」新聞，屬明日黃花，午報便應運而生，補時間之空缺，即時報道當天早上消息與突發新聞。午報最懂玩弄消息焦慮症，頭條新聞總會小事化大，語不驚人死不休，務求焦慮者購買。自從周三跑夜馬，周六跑午馬，午報就另有任務，專提供最新内幕消息和貼士，捉正賭仔心理：「知得遲，贏得少，慘過敗家。」

結果，大家早午晚都要看報了。

醫學與養生

骨質疏鬆症現已成為全球第二大的重要疾病（僅次於心血管疾病），越來越多人，尤其是女性，開始意識到自體內最易缺乏和最需要補充的元素就是鈣。於是人們喝牛奶，服鈣片，希望在老年時能減緩骨質疏鬆症的痛楚。

不過，要有效地補鈣，還有必要認識鈣的流失問題，此有如經濟上的平衡，如入不敷出的話，補鈣成空，甚至體內更加缺鈣。

鈣與磷會相互抵抗和競爭，影響彼此的吸收。當然人體也需要磷，但需要的是比一「的攝取量之平衡。如果磷大於一「的攝取量之平衡會下降，骨礦物質會分解釋出鈣，最終造成骨質流失，這種情形在老年及停經婦女中為最明顯。富含磷的食品為魚、雞、鴨、蛋、乳製品、全穀類製品、花生、豌豆、杏仁和葵花子等。

鈣也會影響身體對鈣的吸收，同時還可能導致人體骨骼中的更多流失。這是因為腎臟每天要把多餘的鈉排出體外，每排出一千毫克的鈉，就會同時耗損二十六毫克的鈣。鹽的主要成分是鈉，所以需要補鈣人士需要以清淡飲食為主。

過多的動物性蛋白質亦是鈣吸收的大敵，它們在體內代謝時會產生酸性物質，將鈣從腎臟裡帶走，然後貯存在尿液後大量的排出。食肉族愛斯基摩人雖少患心臟血管病，但大多卻長得矮，且患骨質疏鬆症的比例為世界最高。

影響鈣吸收的食物

思健

骨質疏鬆症現已成為全球第二大的重要疾病（僅次於心血管疾病），越來越多人，尤其是女性，開始意識到自體內最易缺乏和最需要補充的元素就是鈣。於是人們喝牛奶，服鈣片，希望在老年時能減緩骨質疏鬆症的痛楚。

不過，要有效地補鈣，還有必要認識鈣的流失問題，此有如經濟上的平衡，如入不敷出的話，補鈣成空，甚至體內更加缺鈣。

鈣與磷會相互抵抗和競爭，影響彼此的吸收。當然人體也需要磷，但需要的是比一「的攝取量之平衡。如果磷大於一「的攝取量之平衡會下降，骨礦物質會分解釋出鈣，最終造成骨質流失，這種情形在老年及停經婦女中為最明顯。富含磷的食品為魚、雞、鴨、蛋、乳製品、全穀類製品、花生、豌豆、杏仁和葵花子等。

鈣也會影響身體對鈣的吸收，同時還可能導致人體骨骼中的更多流失。這是因為腎臟每天要把多餘的鈉排出體外，每排出一千毫克的鈉，就會同時耗損二十六毫克的鈣。鹽的主要成分是鈉，所以需要補鈣人士需要以清淡飲食為主。

過多的動物性蛋白質亦是鈣吸收的大敵，它們在體內代謝時會產生酸性物質，將鈣從腎臟裡帶走，然後貯存在尿液後大量的排出。食肉族愛斯基摩人雖少患心臟血管病，但大多卻長得矮，且患骨質疏鬆症的比例為世界最高。